

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Titre de l'action</b>            | <b>Accompagnement en Préparation Mentale du Sportif – APMS<br/>En FOAD (digital)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Référence France Compétences</b> | <p>Cette formation est inscrite au Répertoire National des Certification Professionnelles <a href="#">Code RS5967</a></p> <p><b>Organisme certificateur :</b> TRANS-FAIRE FORMATION</p> <p><b>Date d'échéance de l'enregistrement :</b> 25/03/2025</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Publics cibles</b>               | <p>Entraîneurs et enseignants diplômés d'État de toutes disciplines sportives</p> <p>Professeurs d'EPS et Coachs Sportifs diplômés</p> <p>Médecins, psychologues, kinésithérapeutes, psychomotriciens</p> <p>Sophrologues, Coach RH</p> <p>Sportifs et anciens sportifs de haut niveau</p> <p>Étudiants</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Nbre de participants</b>         | <p>Formation individuelle réalisée en distanciel</p> <p>(Entrée permanente - Pas de limitation de place)</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Prérequis</b>                    | <p>Pas de prérequis spécifiques</p> <p>Un entretien de faisabilité est organisé avec notre chargé des admissions pour apprécier la cohérence du projet professionnel du candidat avec la formation.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Compétences visées</b>           | <p>La formation « Accompagnement en préparation mentale du sportif » a pour objectif de permettre aux participants d'acquérir des compétences de pointe dans le domaine de la préparation mentale en lien avec la performance sportive. La finalité de la formation vise l'accompagnement et l'encadrement d'individus ou d'équipes en prenant en considération la performance sportive mais également son équilibre, bien-être à travers la notion de sport-santé.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Objectifs pédagogiques</b>       | <p><i>A l'issue de la formation, l'apprenant sera capable de :</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1-Déterminer les caractéristiques cognitives, comportementales et mentales d'un sportif ou d'un groupe de sportifs à travers des entretiens individuels et des observations de terrain en s'appuyant sur des indicateurs personnalisés afin que le sportif ait une meilleure connaissance de soi au regard de ses performances et de ses objectifs.</li> <li>2-Communiquer avec les sportifs et leur entourage en adaptant son comportement, son discours et ses attitudes en fonction de leurs caractéristiques de manière à favoriser leur expression, de comprendre leur mode de fonctionnement et d'adapter son plan d'accompagnement à travers des entretiens individuels ou collectifs suivant une méthodologie précise.</li> <li>3-Déployer différentes méthodologies dans le cadre de l'accompagnement mental en s'appuyant sur des outils et techniques afin de s'adapter au public suivi et diversifier son plan d'accompagnement</li> <li>4-Déterminer son plan d'accompagnement en s'appropriant des méthodes de fixation d'objectifs pédagogiques, une planification et un programme d'accompagnement mental tout en en identifiant ses limites afin de préparer le/la sportif.ve avant, pendant et après la compétition.</li> <li>5-Développer une capacité de prise de recul et d'auto-analyse à travers l'écoute, l'empathie, la compréhension des différentes positions en analysant avec une attitude neutre, bienveillante et à juste distance une situation professionnelle ou de</li> </ol> |

|                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                   | <p>terrain problématique afin de centrer son accompagnement sur les besoins du sportif.</p> <p>6-Proposer un dispositif d'accompagnement en prenant en compte un cadre déontologique afin de répondre à un besoin d'un client et de mettre en place un cadre adapté à ses besoins et ses objectifs à la suite de l'analyse de sa demande (porteur, contexte, raisons du besoin&lt;)</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Programme</b>                                                  | <p><b>Positionnement</b> : Un questionnaire est proposé en début de formation aux participants pour évaluer leur positionnement par rapport aux objectifs de formation et pouvoir apprécier la progression en fin de formation.</p> <p><b>Parcours de formation</b> :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Le programme de formation s'articule autour de 6 modules</li> </ul> <p><b>Module 1</b> : Déterminer les caractéristiques cognitives, comportementales et mentales d'un sportif ou d'un groupe de sportifs</p> <p><b>Module 2</b> : Communiquer avec les sportifs et leur entourage</p> <p><b>Module 3</b> : Déployer différentes méthodologies dans le cadre de l'accompagnement mental</p> <p><b>Module 4</b> : Déterminer son plan d'accompagnement</p> <p><b>Module 5</b> : Développer une capacité de prise de recul et d'auto-analyse</p> <p><b>Module 6</b> : Proposer un dispositif d'accompagnement</p> <p><b>Accompagnement</b> : 5 à 6 séances de supervisions individuelles organisées à distance viennent rythmer le parcours de formation.</p> <p><b>Evaluation</b> : Présentation devant un jury de l'analyse d'une mise en situation professionnelle réelle réalisée à travers la réalisation d'un projet professionnel (voir détail ci-dessous)</p> |
| <b>Durée de formation</b>                                         | <p><b>Durée totale de la formation : 160 heures réparties sur 12 mois.</b></p> <p>Les modules de formation sont estimés à 26 journées thématiques de 5 heures en moyenne. Les modules sont disponibles jusqu'à 3 mois après la fin de votre formation.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Lieu de la formation</b>                                       | <p>A distance sur notre plate-forme Learnbox et en visio pour les supervisions.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Méthodes et moyens pédagogiques</b>                            | <p>Formation distancielle diffusée sur notre plateforme LearnBox composée de vidéos pour les notions théoriques, d'Études de cas pratiques, de mise en application d'outils/exercices</p> <p>5-6 supervisions individuelles à distance par visio-conférence</p> <p>Accompagnement et suivi tout au long de la formation par nos référents pédagogiques</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Modalités d'évaluation et de certification de la formation</b> | <p>Mise en situation professionnelle réelle à travers la réalisation d'un projet professionnel qui consiste, à partir d'un ou plusieurs exemples concrets, à expliquer comment le stagiaire a intégré les contenus du parcours de certification dans les processus de sa pratique professionnelle telle que la conduite d'accompagnement auprès d'un sportif dont il a la charge.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

|                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                              | <p>Le projet professionnel comprend 2 parties qui se déroulent à l'issue de la certification :</p> <p>1. Le stagiaire devra rendre un document de synthèse dont l'objectif s'illustre par la production de livrables constitués des différents éléments suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mise en place d'un dispositif d'accompagnement d'un sportif ou d'une équipe de sportifs</li> <li>• Conduite d'un dispositif d'accompagnement</li> <li>• Mise en place au sein d'un club d'un dispositif accompagnement de formation et/ou de sportifs en formation et/ou en compétition.</li> </ul> <p>2. Un entretien oral (30 mn) qui s'appuiera sur le document de synthèse réalisé par le stagiaire permettra d'observer la manière dont le stagiaire a pu remédier aux problématiques rencontrées lors de sa pratique professionnelle.</p> <p><b><i>La formation permet l'obtention d'un Certificat professionnel d'Accompagnement en Préparation Physique et Performances Sportives enregistré au Répertoire Spécifique de France Compétences (RS5967)</i></b></p> |
| <b>Modalités d'appréciation de la satisfaction</b>           | Questionnaire individuel de satisfaction et recueil des retours individuels en supervision de fin de parcours                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Encadrement pédagogique</b>                               | <p><b>Coordination pédagogique et supervision :</b></p> <p>Sophie MAURISSEN - Psychologue du sport et clinicienne - Responsable pédagogique des formations continues de Trans-Faire en Préparation mentale</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Modalités et délais d'accès</b>                           | <p><b>Modalités d'inscription : sur dossier d'inscription accessible en ligne</b></p> <p>Un entretien de faisabilité est organisé avec notre chargé des admissions pour apprécier la cohérence du projet professionnel du candidat avec la formation.</p> <p><b>Modalités distancielles : Entrée permanente : le démarrage de la formation est possible à tout moment de l'année selon vos disponibilités</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Tarif / Inscription</b>                                   | <p><b>Tarifs <a href="#">disponibles sur notre site internet</a></b></p> <p><i>Pour toute inscription, une convention ou un contrat de formation sera établi pour solliciter une éventuelle prise en charge auprès des financeurs (OPCO, FIF PL ou autres)</i></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Accessibilité aux personnes en situation de handicap</b>  | <p><b>Cette formation est accessible aux personnes en situation de handicap.</b></p> <p>En amont de votre inscription, contacter directement notre référent handicap pour effectuer ensemble une analyse de vos besoins au regard des différentes composantes de la formation afin d'envisager ensemble les aménagements possibles et utiles à la compensation de votre handicap.</p> <p>Référente handicap : Cécile Karafka – <a href="mailto:c.karafka@trans-faire.fr">c.karafka@trans-faire.fr</a></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Poursuite ou passerelles possibles après la formation</b> | <p><b>Autres formations continues :</b></p> <p>Accompagnement en Préparation physique et Performance sportive (3PS)</p> <p>Formation HRV et monitoring de l'entraînement (Variabilité Fréquence Cardiaque (HRV))</p> <p>Séminaires Trans-Faire : Force et Vitesse, Nutrition Santé</p> <p>Catalogue micro-learning</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |